

Vorwort		6
Einleitung		7
Etappe 1	Entlang von Esch- und Steinbach Länge: 14,8 km	26
Etappe 2	Von Burg Reinhardstein zum Wasserfall des Bayehons Länge: 14,7 km	44
Etappe 3	Entlang des Getzbaches und durch das Kutenhart Venn Länge: 9,9 km	58
Etappe 4	Entlang von Ternell- und Getzbach Länge: 9,8 km	70
Etappe 5	Die Göhl und ihre Quellen Länge: 13,3 km	80
Etappe 6	Auf zu den Narzissen am Hohnbach Länge: 15 km	92
Etappe 7	Entlang des Amstelbaches und um den Cranenweyer Länge: 12,6 km	108
Etappe 8	Amstelbach, Dentgenbach und Strijthagerbach Länge: 15 km	120
Etappe 9	Rund um Valkenburg entlang der Göhl Länge: 20 km	134
Etappe 10	Entlang des Eyserbeeks von Bocholtz nach Simpelveld Länge: 10,5 km	150
Etappe 11	Entlang von Eyserbeek und Gulp von Eys nach Wiljre Länge: 11,4 km	162